

The background features a large, faint halftone circle in the center. Four smaller, solid halftone circles are positioned at the corners: top-left, top-right, bottom-left, and bottom-right.

ワークショップの工夫と活動例

【応用編】

ワークショップの効果を高める工夫と活動への還元

ワークショップは、民児協が抱える課題解決のための協議などにも活用できる手法です。知識の習得や、モチベーションの維持・向上、活動のアイデアの検討など、多様なステップアップの足掛かりとなります。ワークショップの工夫や、成果を生かすための実践例をご紹介しますのでご参考ください。

1) 屋外で開放的にワークショップを実施する

定例会や研修会などで日常的に使用している会場では、雰囲気固くなってしまいかもかもしれません。そこで、屋外の開放的な空間で行うというのも工夫のひとつです。感染症が懸念される時期には密集の軽減にもなります。

ワークショップを始める前にメンバーみんなで深呼吸をしたり、軽く肩をまわしてみたり、鳥の声や季節の草花に目を向け話のきっかけにしてみても良さそうです。リラックスできたら、ワークショップや意見交換を始めていきましょう。

2) 和やかな雰囲気を演出する

ワークショップを始める前に、お茶を飲んだり、簡単なレクリエーションで交流するなどのアイスブレイク^{※2}を実施することで、適度に緊張感がほぐれた雰囲気をつくります。その場を和ませ、積極的な意見交換ができる環境づくりをねらいとしています。

新任委員が多い研修会や、はじめて顔を合わせるメンバーが集まる場合には特に効果的です。経験年数や役職などが問われない誰でも発言しやすい空気感を演出しましょう。

【用語解説】

※2 アイスブレイク: 「アイスブレイク」とは、自己紹介や簡単なゲームなどを実施することで、その場の緊張をときほぐす手法を意味します。集まった人を和ませ、コミュニケーションをとりやすい雰囲気を作り、そこに集まった目的の達成に積極的に関わってもらえるよう働きかけることをねらいとしています。

3) 子どもと一緒にワークショップ

ワークショップに子どもや子育て世代などの違う世代が加わると、いつもと違った雰囲気になります。このような機会があると、民生委員活動のPRや顔つなぎができるかもしれません。優しい言葉で書かれた詩を用い、子ども達と一緒に朗読したり、感想を述べ合ってみましょう。

また、子育て世代とのワークショップは、今抱えている困りごとや普段の暮らしを把握できる良い機会でもあります。ワークショップのなかで気になることがあった場合は、ワークショップを終えた後、個別にそのことを尋ねてみると良いかもしれません。プライバシーに踏み込んだ困りごとなどを相談される可能性もあるので、他の参加者がいない場所で尋ねるなど配慮をしましょう。

4) 詩を書いて味わう

本書に掲載している詩は、読み手一人ひとりが自分の経験や感情と照らし合わせることで、より深く味わい自分自身に落とし込むことができます。それらの感想をグループのメンバーに伝えることは自己開示^{*3}となり、他のメンバーが共感的な理解を示すことで、ワークショップをより豊かなものにするのが期待できます。

自分自身に詩を重ね落とし込む方法のひとつとして、参加者自身で簡単な詩を書いてみる作業も有効です。活動の場面や経験を思い浮かべながら各々で言葉をつづります。出来上がった詩は順番に発表したり、自分以外の人に朗読してもらったりしながら、そのことを踏まえグループで意見交換をしてみましょう。日頃の辛さや悩みを見せ合い、自己開示する良い機会にもなるかもしれません。

【用語解説】

※3 自己開示:「自己開示」とは親しい人間関係を結ぶために、自分に関するプライベートな情報を相手に話すことです。自分の生い立ち、趣味、過去の失敗、思いや意見など、自分に関することを相手に打ち明ける、正直に話すことを意味します。

5) 一枚の写真

担当地区の地域性や人口規模によって、同じ単位民児協内でも個々の委員活動の内容や悩みは異なることがあります。そして、日々の地道な活動は、住民になかなか知られていない実情もあるかもしれません。

詩を用いたワークショップで交流し連帯感が深まった後、より一人ひとりの委員の活動を理解するために、2～3人でペアやグループをつくり普段の活動に同行し合ってみましょう。自分以外の委員の活動の様子が垣間見え、新たな気付きやヒントが得られるかもしれません。

その際、お互いに活動風景の写真を撮影し、パネルにまとめて展示することで日々の活動の様子を住民にPRすることができます。毎年5月12日に全国展開されている「民生委員児童委員の日・活動強化週間」に作成したパネルを活用すると効果的です。

互いの活動から学び合い委員同士の仲間意識を深め、活動内容を発信することで地域に民生委員の応援団を増やしていきましょう。

6) ワークショップの成果を民児協活動に生かすために

(1) 民児協組織の成長の手立てとして

本書で紹介しているワークショップは、繰り返し実施することで、個々人の成長は元より、民児協組織の成長に働きかけることもねらいとしています。毎回の定例会の30分程度の時間を用いてワークショップを実施した場合、その協議した経験や意見は、これからの民児協活動の糧となることでしょう。一過性の研修で終わるのではなく、連続性を意識してワークショップを実施すると、委員個々並びに民児協組織の成長が期待できます。

ここでいう連続性を意識したワークショップの実施例は以下のとおりです。ご参考ください。

【ワークショップを連続して実施する例】

| 回数 | 内容 | |
|-----|-------------|---|
| 1回目 | 検討したい課題等 | 日々の活動の心づもりをふりかえる。 |
| | 取り上げたテーマ(詩) | (17) 背負い込んだ重さ |
| | 結果および課題等 | 民生委員に就任した頃の初心にふりかえることができたが、初任委員より「一人での訪問活動が未だに不安」との声が挙がったので、次回は訪問活動をテーマに実施することとした。 |
| 2回目 | 検討したい課題等 | 多様な訪問活動の形態を検討する。 |
| | 取り上げたテーマ(詩) | (43) 男女ペアの訪問活動 |
| | 結果および課題等 | ペアによる訪問は試す価値がありそうなので、希望する新任委員のみ、3か月ほど先輩委員が同行訪問することとした。しかし、新任委員から「先輩の皆さんにご迷惑をかけてしまうのが申し訳ない」という声が挙がったので、次回は支え合い、お互い様をテーマに実施することとした。 |
| 3回目 | 検討したい課題等 | 委員同士の支え合いを考える。 |
| | 取り上げたテーマ(詩) | (25) 持ちつ持たれつ |
| | 結果および課題等 | 民生委員は「助ける」だけでなく、「助けられる」ことも大切であり、そのことは同じ民生委員同士にも言えることであるという共有認識を持てた。 |

(2) 具体的な協議の手法として

ワークショップは前述のとおり、課題解決、合意形成などを行う「場」であるという特徴もあります。本書では研修の手立てとしてワークショップを紹介していますが、民児協が抱える課題に関する協議や共通理解、今後の活動の合意形成の手段としても効果的です。

本書によるワークショップを積み重ね、民児協組織として一定の経験をした後は、ワークショップのテーマを任意で設定してみてください。訪問活動のあり方、委員のなり手不足、地域住民への活動PR、活動記録の記入方法など、ワークショップで取り上げるテーマは無限といえるでしょう。多様な意見やアイデアを生かす効率的・効果的な協議の手法として、本書のワークショップの手法を民児協の協議場面でも実践してみてください。

